สังคมไทยเลี้ยงลูกผิดทาง เน้น "อ่านเขียน" ลืมพัฒนาสมอง "EF" เพิ่มทักษะชีวิต อึ้ง! เด็กไทยบกพร่องถึง 30%

นำเสนอเมื่อ : 19 พ.ย. 2559

นักวิชาการ ชี้ สังคมไทยเลี้ยงลูกผิดทาง เน้นอ่านออกเขียนได้แต่เด็ก แต่ขาดทักษะ EF พัฒนาทักษะสมองเพื่อชีวิตที่สำเร็จ ส่งผลตัดสินใจผิดพลาดเมื่อเจอสิ่งท้าทาย หวงวิจัยพบเด็กไทยบกพร่องพฤติกรรม EF ถึง 30% แนะพ่อแม่ ครู ฝึกทักษะ EF ให้เด็กรู้จักยับยั้งชั่งใจ จำได้ดี ควบคุมอารมณ์เป็น

วันนี้ (19 พ.ย.) ที่ศูนย์การประชุมอิมแพ็คฟอรั่ม เมืองทองธานี นพ.วีระพันธ์ สุพรรณไชยมาตย์ รองประธานกรรมการกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) กล่าวภายหลังเปิดการประชุมวิชาการ EF Symposium 2016 ปลูกฝังทักษะสมอง บมเพาะเด็กไทยยุค 4.0 จัดโดย สสส. รวมกับภาคีเครือข่าย Thailand EF Partnership ว่า ทักษะที่จำเป็นของคนไทยในยุค 4.0 ที่ทั่วโลกต้องการ คือ การเรียนรู้ที่จะปรับตัว โดยเฉพาะเด็กเยาวชน และกลุ่มวัยแรงงานที่ต้องยอมรับการเปลี่ยนแปลงในยุคไอที ซึ่งการสร้างทักษะเหล่านี้ได้นั้นจำเป็นต้องวางรากฐานตั้งแต่ปฐมวัย คือ ช่วงอายุ 0 - 6 ปี โดยการพัฒนาทักษะสมองที่เรียกว่า Executive Function หรือ EF ที่จะสามารถช่วยควบคุมอารมณ์ ความคิด และการกระทำ เพื่อกำกับตนเองให้เกิดพฤติกรรมที่มุ่งสู่เป้าหมาย ช่วยให้เด็กคิดเป็น ทำงานเป็น เรียนรู้เป็น แก้ไขปัญหาเป็น อยู่รวมกับผู้อื่นเป็น และหาความสุขเป็น

“ขณะนี้สังคมไทยเกิดความเข้าใจผิดว่า จะต้องทำให้เด็กอ่านออกเขียนได้อย่างรวดเร็ว จะช่วยทำให้เด็กเก่งและฉลาด จึงไปเน้นให้เด็กวัย 0 - 6 ขวบ ในเรื่องของการอ่านออกเขียนได้ ซึ่งสุดท้ายจะไปกดทับทักษะด้านอื่นๆ ที่จำเป็น ทั้งความคิดสร้างสรรค์ การคิดวิเคราะห์ วุฒิภาวะทางอารมณ์ และการแก้ไขปัญหา ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการดำรงชีวิต เพื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดี มีคุณภาพ โดยมีการวิจัยทางด้านจิตวิทยาที่ชัดเจนแล้วว่า การพัฒนาทักษะสมองด้าน EF เป็นสิ่งสำคัญในการดำรงชีวิต จะทำให้เด็กเป็นคนเก่ง ฉลาด และดีอีกด้วย ดังนั้น ในช่วง 0 - 6 ขวบ ซึ่งเป็นช่วงในการสร้างและพัฒนาสมองของเด็กได้ดีที่สุด จึงควรเน้นการดูแลเด็กด้วยการให้เด็กได้เรียนรู้ด้วยการลงมือทำ เพื่อให้เด็กมีโอกาสฝึกคิด วางแผน แก้ไขปัญหา สำหรับผู้ปกครอง ครู หรือพี่เลี้ยงเด็กก็ต้องมีการปรับตัวในการดูแลเด็ก ต้องปล่อยให้เด็กได้ออกไปเรียนรู้ตามธรรมชาติของเขา อย่าเลนอะไรอยากทำอะไร แล้วทำหน้าที่คอยดูพัฒนาการของเด็กว่าด้านไหนบกพร่องแล้วคอยช่วยเหลือกระตุ้นพัฒนาการ และต้องสอนให้เด็กรู้จักคิดเป็น รอคอยเป็น แก้ปัญหาเป็น จึงจะช่วยกระตุ้นทักษะสมองด้านดังกล่าวได้” นพ.วีระพันธ์ กล่าว

รศ.นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล ศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล มหาวิทยาลัยมหิดล กล่าวว่า จากการสำรวจพัฒนาการทักษะสมองเพื่อชีวิตที่สำเร็จ (EF) ของเด็กวัย 2 - 6 ปี จากกลุ่มตัวอย่าง 2,965 คนทั่วประเทศ ช่วงปี 2558 - 2559 ด้วยแบบประเมินพัฒนาการด้าน EF ในเด็กปฐมวัย เพื่อประเมินพัฒนาการด้าน EF และปัญหาพฤติกรรมบกพร่องด้าน EF ของเด็ก ใน 5 ด้าน ประกอบด้วย การหยุดหรือยับยั้งพฤติกรรมได้ การเปลี่ยนความคิดได้ ความจำขณะทำงาน การควบคุมอารมณ์ และการวางแผนจัดการงานง่ายๆ ให้เสร็จ โดยผลการศึกษาพบว่า ร้อยละ 30 มีพฤติกรรมบกพร่องของ EF แบ่งเป็น

เด็กที่มีความบกพร่องอย่างชัดเจน 16% และบกพร่องเล็กน้อย 14% ขณะที่ปัญหาพัฒนาการด้าน EF ล่าช้าพบประมาณ 29% โดยเป็นเด็กที่มีพัฒนาการด้าน EF ต่ำกว่าเกณฑ์ชัดเจน 14% และต่ำกว่าเกณฑ์เล็กน้อย 15% ซึ่งสอดคล้องกับผลสำรวจพัฒนาการล่าช้าเด็กไทยของกระทรวงสาธารณสุข (สธ.) ซึ่งอยู่ที่ประมาณ 30% เช่นกัน และยังไม่มีข้อมูลว่าเป็นเด็กกลุ่มเดียวกันหรือไม่ ทั้งนี้ ทักษะสมองด้าน EF ที่เป็นปัญหามากเป็นอันดับ 1 คือ ปัญหาด้านการหยุด 2. ปัญหาด้านความจำขณะทำงาน และ 3. ปัญหาการควบคุมอารมณ์ ซึ่งจะส่งผลด้านลบต่อความพร้อมและความสำเร็จทางการเรียนในระดับที่สูงขึ้นไป

“การพัฒนาทักษะสมองด้าน EF จำเป็นต้องได้รับการพัฒนาตั้งแต่ตั้งครรภ์เลย ซึ่งเมื่อฝึกทักษะให้เด็กรู้จักจำได้ หยุดได้ คิดได้ ในช่วงเด็กปฐมวัย ก็จะช่วยให้เขาควบคุมอารมณ์ตัวเองได้ และกำกับตัวเองได้ดีในอนาคตเพื่อไปสู่ความสำเร็จ เมื่อเติบโตไปเมื่อเจอสิ่งที่ท้าทายในการตัดสินใจก็สามารถตัดสินใจได้ดี คิดเป็นเหตุเป็นผล คิดถึงผลกระทบต่อตนเองและคนอื่น จัดการปัญหาที่ซับซ้อนได้ ก็จะลดปัญหาพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การติดยาเสพติด การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความล้มเหลวในการเรียน เป็นต้น

เรียกได้ว่า EF เป็นพื้นฐานที่จะเกิดวุฒิภาวะทางอารมณ์ หรือ EQ แต่ปัญหาขณะนี้คือ ครูและพ่อแม่ยังขาดความเข้าใจ โดยเฉพาะการจัดการเรียนการสอนวัยเด็กเล็กที่ขาดสมดุล มุ่งเนนวิชาการ เร่งเรียนเขียนอ่านก่อนวัย ดังนั้น การสอนและการประเมินเด็กวัยก่อนเรียนควรปรับเปลี่ยนให้สอดคล้องกับพัฒนาการด้านการคิดด้วยสมองส่วนหน้าของเด็ก เพราะความสามารถด้านวิชาการเพียงอย่างเดียวไม่ได้เป็นตัวยืนยันว่าเด็กจะประสบความสำเร็จเสมอไป” รศ.นวลจันทร์ กลาว

นพ.อุดม เพชรสังหาร จิตแพทย์เด็กและเยาวชน กล่าวว่า งานวิจัยการติดตามเด็กอัจฉริยะที่ทำมากว่า 80 ปี พบว่า IQ ไม่ได้การันตีความสำเร็จของมนุษย์ อีกทั้งโลกใหม่ในศตวรรษที่ 21 ไม่ได้เน้นเรื่องความจำ แต่เน้นเรื่องการควบคุมตนเอง การมุ่งสู่เป้าหมาย และยืดหยุ่นในวิธีคิด โดยทักษะสมองเพื่อชีวิตที่สำเร็จ หรือ EF จะตอบโจทย์ได้ดีที่สุด เพราะเป็นฐานการควบคุมตนเองและจัดระเบียบตนเอง เด็กที่มี EF สูงจะประสบความสำเร็จในชีวิต การทำงาน การเรียน ช่วยแก้ปัญหาด้านพฤติกรรม อาชญากรรม ยาเสพติด ติดโซเชียลมีเดีย การเพศสัมพันธ์ที่ไม่เหมาะสม หลายองค์กรในประเทศสหรัฐอเมริกา อังกฤษ ออสเตรเลีย รวมถึงมหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียง อาทิ ฮาร์วาร์ด มอนทรีออล จอห์นฮอปกินส์ ได้หันมาให้ความสนใจและเปลี่ยนวิธีคิด โดยนำ EF เข้าไปปรับใช้ในหลักสูตรการเรียนการสอน ดังนั้น ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและสถานศึกษาปฐมวัย หากไม่เริ่มต้นพัฒนาทักษะสมองตั้งแต่วัยนี้ เมื่อก้าวเข้าสู่ช่วงวัยรุ่นที่มีแรงอยากรู อยากเห็นเป็นตัวขับ โดย EF ยังพัฒนาไม่เข้มแข็งพอ โอกาสที่วัยรุ่นจะเสียหายก็มีสูง

ศ.นพ.วิจารณ์ พานิช ประธานมูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์ ปาฐกถาพิเศษ “EF คือรากฐานอันแข็งแกร่งของการพัฒนามนุษย์” ตอนหนึ่งว่า ทุกวันนี้คนเข้าใจผิดว่าเด็กที่เก่งฉลาดคือสามารถเรียนรู้ได้ดี อ่านออกเขียนได้ แต่ความเป็นจริงแล้วต้องปรับเปลี่ยนความคิดใหม่ จริงๆ แล้วเด็กที่ฉลาดคือเด็กที่สามารถตัดสินใจได้ดี รู้จักยับยั้งชั่งใจตนเองได้ แก้ไขปัญหาได้ จึงต้องฝึกทักษะ EF ตั้งแต่เด็ก เพื่อเป็นพื้นฐานในการดำเนินชีวิตที่ดี คือ สามารถกำกับตนเองได้เป็น

ขอบคุณที่มาก MGR Online 19 พฤศจิกายน 2559